

CZĘŚĆ II: PRAKTYKA, BADANIA, WDROŻENIA I ZDROWIE SPOŁECZNE

NAŁOGOWE KORZYSTANIE Z GIER KOMPUTEROWYCH A FUNKCJONOWANIE INTERPERSONALNE I INTRAPERSONALNE MŁODZIEŻY – BADANIA PILOTAŻOWE

COMPULSIVE USE OF COMPUTER GAMES AND INTERPERSONAL AND INTRAPERSONAL YOUTH FUNCTIONING – A PILOT STUDY

Andrzej Cudo^{1(A,C,D,E,F)}, Mateusz Dobosz^{2(A,B,E)}, Łukasz Basaj^{3(A,B,E)}¹Katedra Psychologii Eksperymentalnej, Katolicki Uniwersytet Lubelski Jana Pawła II²Specjalistyczny Psychiatryczny Zespół Opieki Zdrowotnej im. prof. Antoniego Kępińskiego w Jarosławiu³Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Ośrodek Terapeutyczny „PROFIL” w Żarach

Cudo A., Dobosz M., Basaj Ł. (2017), *Nałogowe korzystanie z gier komputerowych a funkcjonowanie interpersonalne i intrapersonalne młodzieży – badania pilotażowe*. *Rozprawy Społeczne*, 11 (1), s. 40-49.

Wkład autorów:

- A. Zaplanowanie badań
- B. Zebranie danych
- C. Dane – analiza i statystyki
- D. Interpretacja danych
- E. Przygotowanie artykułu
- F. Wyszukiwanie i analiza literatury
- G. Zebranie funduszy

Streszczenie

Wstęp. Celem niniejszej pracy jest analiza zależności pomiędzy przekonaniami o kontaktach interpersonalnych, samooceną oraz obrazem siebie i świata a nasileniem skłonności do problemowego korzystania z gier komputerowych.

Materiał i metody. Przebadano 270 uczniów szkół średnich, przy czym do dalszych analiz wybrano 142 osoby grające w gry komputerowe. W badaniach użyto Kwestionariusza Problemowego Korzystania z Gier (Tejeiro Salguero, Bersabé Morán 2002) oraz Kwestionariusza Nastawień Intrapersonalnych, Interpersonalnych i Nastawień wobec Świata (Wysocka 2011).

Wyniki. Chłopcy przejawiają większą ilość symptomów problemowego korzystania z gier komputerowych niż dziewczęta. Ponadto w grupie chłopców wykazano różnice w zakresie samooceny, przekonań o relacjach interpersonalnych oraz obrazu życia pomiędzy grupami o różnym nasileniu nałogowego używania gier komputerowych.

Wnioski. Problemowe korzystanie z gier komputerowych w większym stopniu dotyczą adolescentów płci męskiej. Dlatego też powinni stanowić oni grupę, do której należy kierować oddziaływania profilaktyczne. Oprócz tego potrzebne są kolejne badania nad specyfiką grania w gry komputerowe wśród dziewcząt.

Słowa kluczowe: gry komputerowe, młodzież, funkcjonowanie interpersonalne, funkcjonowanie intrapsychiczne

Summary

Introduction. The aim of this study is to analyze the relationship between young people's beliefs about their interpersonal relationships, self-esteem, self-image and the world and their compulsive tendency to use of computer games.

Material and methods. The study involved 270 high school student, from which 142 computer games players were selected for further analysis. The study used The Problem Video Game Playing Questionnaire (Tejeiro Salguero, Bersabé Morán 2002) and The Questionnaire on Intrapersonal and Interpersonal Attitudes and those Towards the World (Wysocka 2011).

Results. Boys exhibited more symptoms of compulsive use of computer games than girls. In addition, in their population there were groups who demonstrated varying severity of compulsive use of computer games with visible differences in their self-esteem, beliefs about interpersonal relations and attitudes towards life.

Conclusions. The problematic use of computer games concerned, to a greater extent, male adolescents. Therefore, they should be the group to which preventive measures should be directed. In addition, some further research on the specifics of females playing computer games is needed.

Keywords: computer games, youth, interpersonal functioning, intrapersonal functioning

Tabele: 3

Ryciny: 0

Literatura: 34

Otrzymano: 01.09.2016

Zaakceptowano: 16.11.2016

Adres korespondencyjny: Andrzej Cudo, Katolicki Uniwersytet Lubelski Jana Pawła II, Wydział Nauk Społecznych, Instytut Psychologii, Katedra Psychologii Eksperymentalnej, al. Raławickie 14, 20-950 Lublin, e-mail: andre.cudo@gmail.com, tel. 81 44 53 509

Copyright by: Państwowa Szkoła Wyższa im. Papieża Jana Pawła II w Białej Podlaskiej, Andrzej Cudo, Mateusz Dobosz, Łukasz Basaj

Czasopismo Open Access, wszystkie artykuły udostępniane są na mocy licencji Creative Commons Uznanie autorstwa-użycie niekomercyjne-na tych samych warunkach 4.0 Międzynarodowe (CC BY-NC-SA 4.0, <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>).

Wstęp

W ostatnich dekadach następował coraz intensywniejszy rozwój nowoczesnych technologii. Komputery, z urządzeń dostępnych dla nielicznych i wykorzystywanych jedynie w szeroko rozumianej nauce oraz w przemyśle, stały się niemal niezbędnym elementem ludzkiego życia. Obecnie stanowią one narzędzia nie tylko pracy, ale również rozrywki. Coraz więcej młodych osób sięga po nie, aby grać w gry komputerowe; nie tylko off-line, ale również on-line. Szacuje się, iż wartość samego polskiego rynku gier w 2015 roku wyniosła ponad 1,65 miliarda złotych i w dalszych latach będzie następował jego dalszy wzrost (Kondycja polskiego rynku gier wideo 2015). Wraz z nim powiększa się również grono osób przejawiających problemowe korzystanie z komputera i Internetu. Zjawisko to związane z nałogowym zachowaniem przejawia coraz więcej ludzi, w szczególności wśród młodzieży (Chou, Condrón, Belland 2005). Dlatego też istotnym jest poznanie mechanizmów związanych z ukształtowaniem się tego typu patologicznych zachowań oraz ich skutkami.

Kimberly Young (2009) opisując uzależnienie od gier online zwraca w szczególności uwagę na podobieństwo jego objawów do uzależnienia od substancji psychoaktywnych. Według niej objawami mogącymi świadczyć o tego typu uzależnieniu są:

1. zaabsorbowanie grą;
2. kłamstwa i ukrywanie grania;
3. utrata zainteresowania innymi działaniami;
4. wycofanie społeczne;
5. obrona możliwości grania i złość w sytuacji nie możliwości gry;
6. wycofanie psychiczne;
7. wykorzystywanie gry jako ucieczki;
8. granie pomimo konsekwencji.

Według kryteriów znajdujących się w DSM-5 w Sekcji III uzależnienie od gier on-line może być wskazywane w sytuacji kiedy w ciągu 12 ostatnich miesięcy występuje pięć z poniższych objawów:

1. zaabsorbowanie grami on-line – osoba rozmyśla o grze po jej zakończeniu oraz planuje kolejne sesje grania, przy czym gry internetowe stają się dominującą częścią życia;
2. objawy odstawienia związane z niemożnością grania – opisywane jako drażliwość, niepokój, smutek bez żadnych objawów abstynencji farmakologicznej;
3. tolerancja – potrzeba spędzania coraz większej ilości czasu na granie w gry internetowe;
4. nieudane próby kontrolowania korzystania z gier komputerowych;
5. utrata poprzednich zainteresowań i form spędzania wolnego czasu w wyniku korzystania z gier internetowych;
6. kontynuacja nadmiernego korzystania z gier internetowych, pomimo znajomości problemów psychospołecznych;
7. oszukiwanie członków rodziny, terapeutów

i innych osób w zakresie ilości czasu poświęcanego na gry internetowe;

8. korzystanie z gier internetowych, aby uniknąć lub złagodzić negatywny nastrój;
9. zagrożenie lub utrata istotnych relacji, pracy, możliwości kształcenia lub kariery ze względu na udział w grach internetowych (DSM-5 2013).

Wyniki polskiej części badania EU NET ADB wskazują, iż w zależności od rodzaju gier on-line prawie codziennie gra w nie od 3,74% do 18,85% młodzieży w wieku od 14 do 17 lat. Większy odsetek osób grających jest w grupie chłopców (87,60%) niż w grupie dziewcząt (39,20%). Ponadto w grupie chłopców 52,50% badanych gra on-line codziennie. Natomiast w grupie dziewczyn odsetek ten wynosi jedynie 8,30%. Oprócz tego wskazano, iż około 7,77% badanej młodzieży wykazuje symptomy nadużywania gier (Wójcik, 2013). Według badań przeprowadzonych w kilku krajach Europy, procent młodzieży w wieku od 14 do 17 lat uzależnionej od gier komputerowych w Internecie, wynosi 1,6% w Niemczech, 2,5% w Grecji, 1,8% na Islandii, 1% w Holandii, 1,3% w Rumunii oraz 0,6% w Hiszpanii. Natomiast w przypadku Polski odsetek ten stanowi 2% (Muller et al., 2015).

Wskazuje się, iż nasilenie objawów uzależnienia od gier komputerowych współwystępuje z poczuciem braku akceptacji przez rodziców, poczuciem odrzucenia przez nich oraz doświadczeniem z ich strony przemocy fizycznej i psychicznej (Pawłowska, Dziurzyńska 2012). Dla młodzieży w wieku 14-19 lat gry komputerowe mogą stanowić ucieczkę od konfliktów w rodzinie, sposób radzenia sobie z negatywnymi emocjami oraz pewien rodzaj kompensacji niskiego poczucia własnej wartości. Oprócz tego taka forma spędzania czasu może być powiązana z potrzebą wrażeń, agresji oraz dominacji (Pawłowska, Dziurzyńska, 2012). Szpringer i współpracownicy (2008) na podstawie przeprowadzonych badań wskazują, iż młodzież w wieku 12-13 lat ma trudności z kontrolowaniem czasu grania, przy czym są oni rzadko sprawdzani w tym zakresie przez rodziców. Ponadto rodzice nastolatków zwracają uwagę na fakt, iż ich dzieci naśladują bohaterów gier, są częściej agresywne, nie spełniają poleceń, oszukują i rezygnują z wcześniejszych zainteresowań (Szpringer i in. 2008). Należy również wskazać, iż 56,80% polskich graczy nadużywających gier w wieku od 14 do 17 lat ma problemy w szkole, na zajęciach oraz treningach. W tej samej grupie młodzieży 49,70% ma problemy z rodziną, znajomymi oraz przyjaciółmi. 47,90% zaniedbuje inne formy wypoczynku, a 44,10% graczy wskazuje na różnego typu problemy zdrowotne (Wójcik 2013).

Kim i współpracownicy (2008) na podstawie badań przeprowadzonych na próbie 1471 graczy zaobserwowali, iż poziom uzależnienia od gier on-line współwystępuje z większym nasileniem narcyzmu oraz agresji. Zwrócili oni również uwagę na

mniejszą samokontrolę oraz utratę relacji interpersonalnych wraz z nasileniem objawów nałogowego korzystania z gier. Inni badacze także wskazują na ujemną współzależność pomiędzy samooceną, relacjami interpersonalnymi, a poziomem uzależnienia od gier (Kim, Park 2015; Park, Kim 2015). Ponadto, gracze nałogowo korzystający z gier komputerowych w porównaniu z osobami nie ujawniającymi tychże symptomów charakteryzują się większym nasileniem poczucia lęku, wycofania, stanów depresyjnych oraz problemów społecznych. Oprócz tego, przejawiają oni zaburzenia w zakresie wyższych procesów poznawczych oraz uwagi. Charakteryzują się również większym nasileniem zachowań agresywnych i patologicznych (Wójcik 2013). Na podobne cechy zwracają uwagę Gentile i współpracownicy (2011). Wskazują oni, iż wśród dzieci i młodzieży czynnikami ryzyka nałogowego korzystania z gier komputerowych może być niższy poziom kompetencji społecznych oraz większe nasilenie impulsywności. Ich zdaniem również patologiczne korzystanie z gier może prowadzić do wystąpienia stanów depresyjnych, różnego rodzaju lęków, fobii społecznych oraz obniżenia wyników osiągniętych w procesie edukacji. Forrest, King i Delfabbro (2016) zwracają uwagę, że osoby uzależnione od gier komputerowych w porównaniu z osobami niezależnymi przejawiają nieadaptacyjne schematy poznawcze. Związane są one z dążeniem do perfekcji w grze, poczuciem winy jako konsekwencji patologicznego korzystania z gier oraz poznawczego zawężenia myślenia, które oscyluje przede wszystkim wokół tematyki gier. Oprócz tego nasilenie nałogowego korzystania z gier komputerowych dodatkowo koreluje z poziomem neurotyzmu oraz ujemnie z sumiennością, ugodoowością, otwartością na doświadczenia oraz ekstrawersją (Braun i in. 2016).

Wśród adolescentów zaobserwowano również różnicę pomiędzy graczami płci męskiej i żeńskiej ze względu na czynniki związane z sięganiem po gry on-line. Chłopcy częściej niż dziewczęta wskazywali na potrzebę osiągnięć oraz posiadania przyjaciół, jako czynnik motywujący do grania. Natomiast wśród uczennic tego rodzaju czynnikiem była chęć spędzenia czasu wolnego. Wykazano również, iż wśród chłopców poziom uzależnienia od gier on-line był związany z brakiem satysfakcji życiowej. Natomiast w grupie dziewczyn nie wykazano takiej zależności (Ko i in. 2005).

Przytoczone powyżej badania wskazują na możliwość występowania związków pomiędzy przekonaniami o kontaktach interpersonalnych, samooceną oraz obrazem siebie i świata a nasileniem skłonności do problemowego korzystania z gier komputerowych. Dlatego głównym problemem badawczym w niniejszej pracy było ustalenie zależności pomiędzy wskazanymi wymiarami funkcjonowania jednostki, a patologicznym korzystaniem z gier komputerowych. Badania te dotyczą mało eksplorowanego dotychczas na polskim gruncie zagadnienia.

Biorąc pod uwagę przedstawiony powyżej przegląd literatury sformułowano następujące pytania badawcze:

1. Czy istnieją różnice płciowe pomiędzy uczniami szkół średnich pod względem czasu spędzanego na graniu w gry komputerowe?
2. Czy istnieją różnice w zakresie patologicznego korzystania z gier komputerowych między uczniami płci męskiej i żeńskiej?
3. Czy istnieją różnice w zakresie kontaktów interpersonalnych u młodzieży z różnym poziomem nasilenia nałogowego korzystania z gier komputerowych?
4. Czy istnieją różnice w zakresie samooceny u młodzieży z różnym poziomem nasilenia nałogowego korzystania z gier komputerowych?
5. Czy istnieją różnice w zakresie obrazu świata u młodzieży z różnym poziomem nasilenia nałogowego korzystania z gier komputerowych?
6. Czy istnieją różnice w zakresie obrazu siebie u młodzieży z różnym poziomem nasilenia nałogowego korzystania z gier komputerowych?

Materiał i metoda

Badane osoby

W badaniach uczestniczyło 270 uczniów, jednakże z powodu braków danych usunięto dane jednego z nich. Następnie z przebadanej grupy wybrano jedynie 142 osoby, które deklarowały, iż grają w gry komputerowe (50 dziewczyn i 92 chłopców). Średni czas spędzony na graniu w gry komputerowe w ciągu tygodnia wynosił 14,22 godzin, a odchylenie standardowe 20,32 godzin. Badania przeprowadzono od stycznia do czerwca 2015 roku wśród uczniów szkół średnich z terenu województwa podkarpackiego i lubuskiego z klas od II do III liceum oraz od I do IV technikum. Wszystkie osoby wyraziły zgodę na badania. Wiek badanych mieścił się w przedziale od 16 do 19 lat, przy czym średnia wieku wynosiła 17,50 lat, a odchylenie standardowe 0,65.

Metody

W badaniach wykorzystano metodę sondażu diagnostycznego (Pilch 1995), w której zastosowano następujące narzędzia badawcze:

1. Kwestionariusz Problemowego Korzystania z Gier (Problem Videogame Playing Questionnaire; Tejeiro Salguero, Bersabé Morán 2002; Tejeiro 2012). Zawiera on 9 twierdzeń, do których osoba musi ustosunkować się na skali dychotomicznej. Im więcej odpowiedzi pozytywnych tym większe nasilenie nałogowego korzystania z gier przez osobę badaną. Według autorów, o patologicznym korzystaniu z gier możemy mówić w sytuacji kiedy osoba odpowiedziała twierdząco na minimum cztery pytania. Jest ona skalą o najlepszej trafności klinicznej z pośród obecnie stosowanych w badaniach nad nałogowym korzystaniem z gier (King i in. 2013). Opiera się ona na ogólnych

kryteriach uzależnienia wskazujących m.in. na utratę kontroli, wzrost tolerancji, redukcję zainteresowań i innych, odnoszących się do grania w gry komputerowe. Kwestionariusz w wersji zaproponowanej przez Tejeiro Salguero, Bersabé Morán (2002) posiada dobre wskaźniki psychometryczne: alfa Crombacha równa 0,69. Ponadto Kwestionariusz Problemowego Korzystania z Gier koreluje z częstością grania w gry ($r=0,64$); ze średnim czasem korzystania z gier ($r=0,52$) oraz z najdłuższymi sesjami grania ($r=0,56$).

2. Kwestionariusz Nastawień Intrapersonalnych, Interpersonalnych i Nastawień wobec Świata autorstwa Ewy Wysockiej (2011) jest metodą przeznaczoną do badania młodzieży ponadgimnazjalnej. Kwestionariusz składa się z czterech podskal, które łączą się w sześć skal ogólnych:

1) Samoocena ogólna, niespecyficzna związana z uogólnionym przekonaniem o własnej wartości, szacunku wobec własnej osoby oraz akceptacji siebie.

2) Samoocena globalna, specyficzna, będąca wypadkowym niezgeneralizowanym przekonaniem o własnej wartości, przejawianiem szacunku wobec własnej osoby oraz akceptacją siebie w różnych sferach funkcjonowania:

a) samoocena w sferze poznawczo-intelektualnej - przekonanie o własnej inteligencji, zdolnościach poznawczych, spostrzegawczości, pomysłowości oraz zdolności do łatwego przyswajania wiedzy;

b) samoocena w sferze fizycznej - przekonanie o własnej atrakcyjności fizycznej, w tym urodzie, a także sprawności fizycznej;

c) samoocena w sferze społeczno-moralnej - przekonanie o własnej wartości wpływające z przestrzegania reguł i zasad społecznych;

d) samoocena w sferze charakterologicznej - przekonanie o posiadaniu pozytywnych cech charakteru, pomagających w życiu społecznym oraz w osiąganiu sukcesów życiowych;

3) Funkcjonowanie interpersonalne związane z przekonaniem dotyczącym funkcjonowania w świecie społecznym i wzajemnych relacji ze społecznym otoczeniem:

a) inni wobec mnie - wsparcie - przekonanie dotyczące tego, iż otoczenie społeczne zapewnia osobie pomoc w różnych obszarach jej życia;

b) inni wobec mnie - zagrożenie - przekonanie związane z postrzeganiem innych ludzi jako zagrażających i krzywdzących oraz brak poczucia bezpieczeństwa;

c) Ja wobec innych - prospołeczność - ujmowana jako gotowość jednostki do po-

mocy innym, działania na rzecz szerszej społeczności oraz mała skłonność do egocentryzmu i izolowania się;

d) Ja wobec innych - agresywność - związana z działaniami skierowanymi na osoby lub rzeczy przybierającymi charakter napaści werbalnej i/lub fizycznej;

4) Obraz świata związany z ogólnym przekonaniem, że świat jest sensowny, dobrze zorganizowany i przychylny ludziom, które wynika z wiary w jego sens i z zaufania do tego, co ze sobą przynosi:

a) sensowność i zorganizowanie świata - przekonanie o możliwości zrozumienia i wyjaśnienia przyczynowego różnych zdarzeń oraz o istnieniu pewnego rodzaju porządku panującego w świecie;

b) przychylność świata - rozumiana jako przekonanie o tym, że świat jest dobry i przychylny człowiekowi;

5) Obraz własnego życia związany z przekonaniem dotyczącym własnej egzystencji nabudowanymi na dotychczasowe doświadczenie jednostki:

a) poczucie skuteczności - rozumiana jako poczucie tego, iż działanie jednostki przekłada się na realny wpływ na otoczenie;

b) poczucie bezradności - przekonanie osoby o tym, iż pomimo podejmowanych działań nie ma ona wpływu na wydarzenia, które mają miejsce w jej życiu;

6) Skala kłamstwa - skłonności do przypisywania sobie takich cech i zachowań, które są społecznie pożądane, zaś odrzucanie tych, które są społecznie niepożądane.

Osoba udziela odpowiedzi na czterostopniowej skali, gdzie 1 oznacza nie zgadzam się, natomiast 4 - zgadzam się. Im wyższy wynik w danej podskali tym wyższe natężenie badanej cechy.

Rzetelność skal oceniana za pomocą alfy Cronbacha wynosi odpowiednio: Samoocena ogólna, niespecyficzna - 0,836; Samooceny szczegółowe - specyficzne - 0,852; Funkcjonowanie interpersonalne - 0,832; Obraz świata - nadzieja podstawowa - 0,675; Obraz życia - 0,834 oraz Skala kontrolna - aprobaty społecznej, kłamstwa - 0,700.

3. Metryczka zawierająca pytania o informacje socjodemograficzne oraz częstość korzystania z Internetu, portali społecznościowych i gier komputerowych.

Analizy

Statystyki opisowe zostały przedstawione za pomocą wartości średnich arytmetycznych i odchyłek standardowych. Dla określenia istotności różnic w zakresie godzin spędzonych na graniu w gry komputerowe, korzystaniu z Internetu oraz portali społecznościowych między grupami dziewczyn i chłopców zastosowano test t-Studenta. Dla oceny

wielkości efekt zastosowano statystykę d-Cohe-
na. Dla określenia zależności między nasileniem
problemowego korzystania z gier komputerowych
a czasem poświęconym na granie wykorzystano
współczynnik korelacji rho-Spearmana.

Aby sprawdzić, czy chłopcy różnią się od dziew-
cząt pod względem ilości symptomów ujętych
w Kwestionariuszu Problemowego Korzystania
z Gier wykorzystano test χ^2 Pearsona. Dla oceny
siły związku pomiędzy zmiennymi zastosowano
statystykę V Cramera. Osoby badane podzielono na
trzy grupy ze względu na nasilenie symptomów uję-
tych w Kwestionariuszu Problemowego Korzysta-
nia z Gier. W grupie pierwszej (Grupa 1) znalazły się
osoby, które pomimo grania w gry komputerowe nie
przejawiają objawów problemowego korzystania
z tego medium. Do grupy drugiej (Grupa 2) zostały
przydzielone osoby, które zaznaczyły, iż występuje
u nich od jednego do trzech symptomów. Natomiast
w grupie trzeciej (Grupa 3) zostały ujęte osoby, któ-
re przejawiały cztery lub więcej objawów. Zdaniem
autorów (Tejeiro Salguero, Bersabé Morán 2002)
o patologicznym korzystaniu z gier możemy mówić
w sytuacji kiedy osoba odpowiedziała twierdząco
na minimum cztery pytania. Do oceny różnic pomię-
dzy uczniami o odmiennej płci na poziomie każdej
z wymienionych grup zastosowano reszty skorygo-
wane standaryzowane.

Aby ustalić różnice w zakresie nastawień intra-
personalnych, interpersonalnych i nastawień wobec
świata w grupach o różnej ilości objawów problemo-
wego korzystania z gier w próbie chłopców zastoso-
wano 1-MANOVA oraz test post hoc Bonferroniego.
W grupie uczennic z powodu małej ilości osób prze-
jawiających patologiczne korzystanie z gier kompu-
terowych grupa ta została pominięta w analizach.
Dlatego w celu analizy różnic w zakresie nastawień
intrapersonalnych, interpersonalnych i nastawień
wobec świata w grupach o różnej ilości objawów
problemowego korzystania z gier zastosowano test
wielowymiarowy T^2 Hottelliga.

Wyniki badań

Na podstawie przeprowadzonych obliczeń, odno-
sząc się do postawionego pytania badawczego, za-
obserwowano istotnie statystyczną różnicę między
uczennicami i uczniami pod względem czasu spę-
dzanego na graniu w gry komputerowe ($t_{(140)}=3,46$;
 $p=0,001$; $d=0,64$). Na podstawie analiz wykazano,
iż chłopcy statystycznie istotnie więcej godzin spę-
dzają na graniu w gry komputerowe w ciągu tygo-
dnia ($M=18,41$; $SD=21,47$) niż dziewczęta ($M=6,51$;
 $SD=15,42$). Natomiast nie wykazano różnic pomię-
dzy osobami o odmiennej płci pod względem czasu
spędzonego na korzystaniu z portali społeczno-
ściowych ($t_{(140)}=0,61$ $p=0,542$) oraz pod względem
czasu poświęcanego na korzystanie z Internetu
($t_{(140)}=-0,29$; $p=0,775$).

W dalszej kolejności wykazano, iż w grupie
chłopców istnieje statystycznie istotna, dodat-

nia, umiarkowana współzmiennność między cza-
sem spędzonym na graniu w gry komputerowe,
a ilością twierdzących odpowiedzi udzielanych
w Kwestionariuszu Problemowego Korzystania
z Gier ($\rho=0,45$; $p<0,001$). Im więcej objawów
problemowego korzystania z gier komputerowych
przejawiają uczniowie, tym więcej czasu na nie
poświęcają. Natomiast w grupie uczennic nie za-
obserwowano analogicznej zależności ($\rho=0,27$;
 $p=0,061$). Jednakże nie zanotowano statystycznie
istotnej różnicy pomiędzy oboma współczynnikami
korelacji ($z=1,15$; $p=0,249$; Cohen, Cohen 1983).

W odpowiedzi na postawione pytania badawcze,
przeprowadzone obliczenia wykazują, iż istnieje róż-
nica pomiędzy uczniami i uczennicami szkół średnich
pod względem symptomów patologicznego korzysta-
nia z gier komputerowych ($\chi^2_{(df=2)}=17,79$; $p<0,001$; V
Cramera=0,35). Statystycznie więcej uczennic dekla-
rowało brak symptomów problemowego korzystania
z gier komputerowych niż uczniów ($z=4,2$; $p<0,001$).
Z kolei w badanej próbie więcej chłopców ujawnia-
ło od jednego do trzech symptomów problemowego
korzystania z gier komputerowych niż dziewcząt
($z=3,3$; $p=0,001$). Nie zanotowano natomiast różnic
miedzyplciowych w zakresie liczby osób charak-
teryzujących się patologicznym korzystaniem z gier
komputerowych ($z=1,0$; $p=0,317$). Szczegółowe wy-
niki przedstawiono w tabeli 1.

Tabela 1. Liczebność i procent osób w podziale ze względu na płeć oraz ilość symptomów problemowego korzystania z gier komputerowych

Ilość symptomów	Płeć			
	Dziewczęta		Chłopcy	
	N	%	N	%
Grupa 1 - brak	24	13,4	14	24,6
Grupa 2 - od 1 do 3 sympto- mów	23	32,0	68	59,0
Grupa 3 - 4 i więcej	3	4,6	10	8,4

Na podstawie przeprowadzonych analiz na pró-
bie chłopców wykazano istnienie statystycznie
istotnych różnic pomiędzy młodzieżą przejawiającą
odmienną ilość symptomów problemowego korzy-
stania z gier komputerowych pod względem wy-
ników w podskalach Kwestionariusza Nastawień
Intrapersonalnych, Interpersonalnych i Nastawień
wobec Świata ($F_{(28,154)}=1,76$; $p=0,017$; $\eta_p^2=0,24$).
Szczegółowa analiza w tym zakresie wykazała, iż
różnice te dotyczyły przede wszystkim wymiaru:
samooceny ogólnej, samooceny związanej ze sferą
fizyczną, samooceny związanej ze sferą społecz-
no-moralną, samooceny związanej ze sferą charak-
terologiczną, funkcjonowania interpersonalnego
w zakresie wsparcia od innych, funkcjonowania
interpersonalnego w zakresie zagrożenia ze strony
innych, funkcjonowania interpersonalnego w za-
kresie działań prospołecznych względem innych,
poczucia skuteczności oraz poczucia bezradności.
Szczegółowe dane przedstawiono w tabeli 2.

Tabela 2. Analiza różnic na próbie chłopców pomiędzy grupami przejawiającymi odmienną ilość symptomów problemowego korzystania z gier komputerowych pod względem wyników w podskalach Kwestionariusza Nastawień Intrapersonalnych, Interpersonalnych i Nastawień wobec Świata

KNiIiNwŚ		Grupy osób badanych ze względu na ilość twierdzeń wybranych w Kwestionariuszu Problemowego Korzystania z Gier						Analiza wariancji			Różnice istotne między grupami
		Grupa 1 (N=14) (1)		Grupa 2 (N=68) (2)		Grupa 3 (N=10) (3)					
		M	SD	M	SD	M	SD	F	p	η_p^2	
Samoocena ogólna, niespecyficzna		31,89	5,82	32,42	5,14	24,97	8,25	7,69	0,001	0,15	1-3, 2-3
Samoocena globalna	Sfera poznawczo-intelektualna	29,36	4,01	29,50	4,52	27,70	7,54	0,60	0,550	-	brak
	Sfera fizyczna	32,14	3,76	32,32	4,90	27,70	7,90	3,54	0,033	0,07	2-3
	Sfera społeczno-moralna	31,36	4,77	31,49	3,58	27,00	4,92	5,77	0,004	0,11	1-3, 2-3
	Sfera charakterologiczna	31,43	4,24	31,92	3,93	26,80	7,51	5,73	0,005	0,11	1-3, 2-3
Funkcjonowanie interpersonalne	„Inni wobec mnie” - Wsparcie	30,86	6,32	30,59	4,23	24,30	6,96	7,40	0,001	0,14	1-3, 2-3
	„Inni wobec mnie” - Zagrożenie	21,50	3,63	20,77	4,59	25,70	5,98	4,95	0,009	0,10	2-3
	„Ja wobec innych” - Prospołeczność	30,43	3,61	30,69	4,20	23,80	6,97	10,41	<0,001	0,19	1-3, 2-3
	„Ja wobec innych” - Agresywność	24,71	4,98	25,39	5,19	27,00	5,66	0,59	0,559	-	brak
Obraz świata	Sensowność, zorganizowanie świata	24,57	4,70	24,03	3,78	22,17	3,30	1,24	0,294	-	brak
	Przychylność świata	25,71	2,13	25,41	3,66	23,40	5,68	1,39	0,256	-	brak
Obraz życia	Poczucie skuteczności	32,79	4,26	34,32	3,77	27,20	8,69	10,64	<0,001	0,19	1-3, 2-3
	Poczucie bezradności	16,93	6,13	16,96	4,75	22,50	7,01	4,99	0,009	0,10	1-3, 2-3
Skala kontrolna – aprobaty społecznej, kłamstwa		25,29	4,60	25,05	4,94	21,80	7,18	1,82	0,169	-	brak

Na podstawie przeprowadzonych analiz na próbie dziewcząt nie wykazano istnienia statystycznie istotnych różnic pomiędzy młodzieżą przejawiającą odmienną ilość symptomów problemowego korzystania z gier komputerowych pod względem wyników w podskalach Kwestionariusza Nastawień Intrapersonalnych, Interpersonalnych i Nastawień wobec Świata ($T^2=23,28$; $p=0,387$). Szczegółowe analizy przedstawiono w tabeli 3.

Dyskusja

W odpowiedzi na postawione pytanie badawcze, na podstawie przeprowadzonych badań wykazano, podobnie jak we wcześniejszych doniesieniach, iż istotnie większy odsetek badanych płci męskiej przejawia symptomy patologicznego korzystania z gier komputerowych (Wójcik 2013). Oprócz tego uczniowie spędzają więcej czasu w ciągu tygodnia na aktywności związanej z graniem w gry.

W grupie uczniów osoby z większą ilością symptomów problemowego korzystania z gier

charakteryzowały się niższym poziomem samooceny ogólnej niż osoby nie ujawniające takich objawów. Zdaniem Wysockiej (2011) świadczyć to może o zgeneralizowanym przekonaniu jednostki o braku własnej wartości, braku szacunku do własnej osoby oraz nieakceptowaniu siebie. W tym względzie wyniki przeprowadzonych badań są spójne z innymi doniesieniami wskazującymi na analogiczną zależność (Kim, Park 2015; Park, Kim 2015). Należy zwrócić uwagę, iż nałogowe korzystanie z gier komputerowych może być rodzajem kompensacji niskiego poczucia własnej wartości (Pawłowska, Dziurzyńska 2012). Z kolei w badaniach nad nałogowym korzystaniem z Internetu również wykazano, iż samoocena jest jednym z głównych czynników różnicujących osoby o niskim i wysokim stopniu zaangażowania w patologiczne korzystanie z sieci (Cudo i in. 2016).

W grupie chłopców zaobserwowano, iż osoby uzależnione cechują się niższym poziomem samooceny specyficznej związanej ze sferą fizyczną, społeczno-moralną oraz charakterologiczną. Związane

Tabela 3. Analiza różnic na próbie dziewcząt pomiędzy grupami przejawiającymi odmienną ilość symptomów problemowego korzystania z gier komputerowych pod względem wyników w podskalach Kwestionariusza Nastawień Intrapersonalnych, Interpersonalnych i Nastawień wobec Świata

KNIIiNwŚ		Grupy osób badanych ze względu na ilość twierdzeń wybranych w Kwestionariuszu Problemowego Korzystania z Gier				t	p
		Grupa 1 (N=24) (1)		Grupa 2 (N=23) (2)			
		M	SD	M	SD		
Samoocena ogólna, niespecyficzna		28,63	7,47	25,91	5,48	1,42	0,163
Samoocena globalna	Sfera poznawczo-intelektualna	27,20	5,10	25,65	4,25	1,13	0,265
	Sfera fizyczna	29,71	5,07	28,10	4,74	1,12	0,268
	Sfera społeczno-moralna	31,48	3,76	31,17	3,02	0,30	0,763
	Sfera charakterologiczna	30,38	4,76	28,49	4,28	1,43	0,161
Funkcjonowanie interpersonalne	„Inni wobec mnie” - Wsparcie	31,46	3,78	31,45	4,37	0,01	0,995
	„Inni wobec mnie” - Zagrożenie	19,75	4,98	21,76	3,59	-1,58	0,121
	„Ja wobec innych” - Prospołeczność	31,76	2,65	30,17	4,27	1,53	0,136
	„Ja wobec innych” - Agresywność	25,81	4,46	26,26	3,81	-0,37	0,714
Obraz świata	Sensowność, zorganizowanie świata	22,17	2,43	22,96	2,75	-1,05	0,297
	Przychylność świata	25,08	3,71	24,61	4,61	0,39	0,700
Obraz życia	Poczucie skuteczności	31,83	4,32	31,28	4,41	0,43	0,668
	Poczucie bezradności	19,09	5,37	20,97	5,75	-1,16	0,253
Skala kontrolna – aprobaty społecznej, kłamstwa		24,21	4,23	22,21	5,02	1,48	0,147

może być to z przekonaniem o negatywnej ocenie własnej fizyczności przez adolescenta, sposobu kształtowania własnych relacji z innymi ludźmi oraz własnych cech charakteru (Wysocka 2011). Biorąc pod uwagę, iż nasilenie objawów nałogowego użytkowania gier komputerowych współwystępuje z poczuciem braku akceptacji przez rodziców oraz poczuciem odrzucenia przez nich (Pawłowska, Dziurzyńska 2012) można przypuszczać, iż tego typu relacje rodzinne przyczyniać się mogą do ukształtowania się u dzieci negatywnej samooceny. Mowa tu szczególnie o niskim poczuciu własnej wartości, które rozwija się w sytuacjach gdy młodzież narażona jest na częste krytyczne uwagi dotyczące wyglądu zewnętrznego, inteligencji, czy osiągnięć szkolnych ze strony rodziców (Siwek 2010). Pawłowska i Dziurzyńska (2012) wykazały, że nieprawidłowe postawy rodziców łączą się z przekonaniem młodzieży, że jedynie podczas grania w gry można poczuć się osobą ważną, kompetentną, niezależną, silną oraz lepszą.

Badani adolescenty płci męskiej ujawniający więcej objawów problemowego korzystania z gier

komputerowych przejawiali również mniejsze poczucie wsparcia ze strony innych w porównaniu z rówieśnikami nie korzystającymi nałogowo z tego medium. Lemmens i współpracownicy (2011) zwracają uwagę, iż mniejsze psychospołeczne samopoczucie związane z niskimi kompetencjami społecznymi, samotnością i negatywną samooceną przeważnie poprzedza problemowe granie w gry komputerowe. Podobnie Gentile i współpracownicy (2011) wskazują, iż z jednej strony niskie kompetencje społeczne mogą być czynnikiem ryzyka nałogowego użytkowania gier. Z drugiej zaś konsekwencją tego typu zachowania może być pojawienie się objawów depresyjnych, różnego rodzaju lęków oraz fobii społecznych. Oprócz tego poczucie samotności może stanowić zarazem przyczynę, jak również konsekwencje dysfunkcyjnego korzystania z gier (Lemmens i in. 2011). Rehbein i Baier (2013) na podstawie wyników badań podłużnych wskazują, iż czynnikami ryzyka tego typu problemowych zachowań wśród piętnastoletnich adolescentów są płęć męska, wychowywanie przez jednego rodzica, słaba integracja z klasą oraz negatywne samopoczucie

w szkole w wieku dziesięciu lat. Na tej podstawie można przypuszczać, iż niski poziom odczuwanego wsparcia wśród młodzieży nałogowo korzystającej z gier może być zarazem istotnym predyktorem, jak również konsekwencją dysfunkcyjnego zaangażowania w używanie gier.

Chłopcy ujawniający nałogowe używanie gier komputerowych wykazywali również większe poczucie zagrożenia ze strony innych osób niż uczniowie nie przejawiający nałogowego korzystania z gier. Osoby uzależnione od gier komputerowych odczuwają większy lęk rozumiany zarówno jako stan jak również cecha (Mehroof, Griffiths 2010). W badaniach nad uzależnieniem od Internetu wykazano, iż osoby przejawiające tego typu zachowania mają większy poziom lęku społecznego oraz nieśmiałości (Błachnio, Przepiórka, Rowiński 2014). Dlatego na tej podstawie można domniemywać, iż poczucie zagrożenia ze strony innych i związane z tym trudności w nawiązywaniu relacji interpersonalnych mogą być czynnikiem skłaniającym młodą osobę do sięgania po gry komputerowe. Z drugiej zaś strony poświęcanie coraz większej ilości czasu na tego typu rozrywkę może skutkować zmniejszeniem kontaktów z innymi osobami, w tym rówieśnikami. Oprócz tego Lo, Wang i Fang (2005) wskazują, iż osoby nałogowo grające w gry komputerowe z jednej strony ujawniają większy poziom leku społecznego, z drugiej zaś gorszą jakość relacji interpersonalnych niż osoby nie używające tego medium.

Oprócz tego w grupie chłopców zanotowano, iż młodzież problemowo korzystająca z gier przejawiała mniejszy poziom działań prospołecznych względem innych ludzi niż osoby nie przejawiające tego typu nałogowych zachowań. Świadczyć to może o zwiększonej tendencji do egocentryzmu. Może być to związane również ze skoncentrowaniem na sobie, izolowaniem się od otoczenia oraz przekonaniem o konieczności rywalizacji (Wysocka 2011). Podobnie Kim i współpracownicy (2008) zaobserwowali, iż poziom uzależnienia od gier on-line współwystępuje z większym nasileniem narcyzmu. Do podobnych wyników doszli również badacze zajmujący się innymi uzależnieniami behawioralnymi, a mianowicie problemowym korzystaniem z sieci (Ekşi 2012) oraz nadużywaniem Facebooka (Błachnio, Przepiórka, Rudnicka 2016).

W przeciwieństwie do poprzednich badań (Szpringer i in. 2008; Kim, Namkoong, Ku, Kim 2008; Wójcik 2013; Cudo, Kopiś 2016) nie wykazano związku między nałogowym korzystaniem z gier komputerowych, a poziomem agresywności wobec innych. Jednakże biorąc pod uwagę, iż niski poziom prospołeczności może być związany z dążeniem do maksymalizowania własnego dobra, nawet kosztem dobra innych ludzi oraz wrogością wobec nich (Wysocka 2011) można przypuszczać, iż młodzież mająca problem z graniami może przejawiać zachowania agresywne nie wyrażane wprost w stosunku do innych osób.

Adolescenci płci męskiej przejawiający więcej objawów problemowego korzystania z gier komputerowych ujawniali mniejsze poczucie skuteczności i większy poziom poczucia bezradności w porównaniu z osobami nie wykazującymi tego typu nałogowych zachowań. W tym względzie wykazano, iż większe nasilenie dysfunkcyjnego korzystania z gier komputerowych współwystępuje z niską satysfakcją z życia (Männikköi in. 2015). Należy tutaj zwrócić uwagę, iż dla osób, które mają trudności z odnalezieniem się w życiu i przyjmowaniem określonych ról społecznych gry komputerowe mogą spełniać rolę kompensacyjną. Ponadto Wittek i współpracownicy (2015) zwracają uwagę, iż jednym z predyktorów nałogowego korzystania z gier komputerowych jest słabe zdrowie psychosomatyczne w szczególności związane ze złym samopoczuciem, problemami ze snem i zmęczeniem. Należy tutaj zaznaczyć, iż poczuciem skuteczności jest istotnym elementem w podejmowaniu i kontynuowaniu zachowań prozdrowotnych (Schwarzer 1997; Baumgart, Szpinda, Radziwińska 2015).

Natomiast w grupie kobiet nie zanotowano tego typu zależności, przy czym mogło być to spowodowane brakiem wystarczającej ilości osób przejawiających nałogowe korzystanie z gier aby można było przeprowadzić odpowiednie analizy statystyczne. Należy tutaj zwrócić uwagę, iż odsetek dziewcząt przejawiających nałogowe korzystanie z gier komputerowych jest zdecydowanie niższy niż w przypadku adolescentów płci męskiej (Wójcik 2013). Dlatego też wskazane są dalsze, szersze i pogłębione badania nad różnicami płciowymi w zakresie czynników związanych z problemowym korzystaniem z gier komputerowych.

Wnioski

1. Istotnie większy odsetek chłopców przejawia objawy problemowego korzystania z gier komputerowych.
2. W grupie chłopców ujawniających symptomy nałogowego używania gier komputerowych wykazano istnienie deficytów w zakresie samooceny, funkcjonowania interpersonalnego oraz obrazu życia.
3. Wskazano na potrzebę dalszych badań w zakresie czynników związanych z nałogowym korzystaniem z gier komputerowych w grupie dziewcząt.
4. Potrzebne są programy profilaktyczne dotyczące używania gier komputerowych skierowane do młodzieży, które oprócz promocji zachowań prozdrowotnych będą wzmacniały samoocenę uczestników oraz ich kompetencje społeczne.
5. Programy takie w szczególności powinny być skierowane do adolescentów płci męskiej.

Literatura:

1. Błachnio A., Przepiórka A., Rowiński T. (2014), *Dysfunkcjonalne korzystanie z internetu – przegląd badań*. Psychologia Społeczna, 4 (31), s. 378–395.
2. Błachnio A., Przepiórka A., Rudnicka P. (2016), *Narcissism and self-esteem as predictors of dimensions of Facebook use*. Personality and Individual Differences, 90, s. 296–301.
3. Baumgart M., Szpinda M., Radzimińska A. (2015), *Poczucie własnej skuteczności a zachowania zdrowotne*. Journal of Education, Health and Sport, 5(8), s. 226–235.
4. Braun B., Stopfer J.M., Müller K.W., Beutel M.E., Egloff B. (2016), *Personality and video gaming: Comparing regular gamers, non-gamers, and gaming addicts and differentiating between game genres*. Computers in Human Behavior, 55, s. 406–412.
5. Chou C., Condron L., Belland J.C. (2005), *A review of the research on Internet addiction*. Educational Psychology Review, 17(4), s. 363–388.
6. Cohen J., Cohen P. (1983), *Applied multiple regression/correlation analysis for the behavioral sciences*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
7. Cudo A., Dobosz M., Jarzabek-Cudo A., Basaj Ł. (2016), *Problematic Internet use and intrapersonal and interpersonal attitudes in adolescents*. Postępy Psychiatrii i Neurologii, 25 (3), s. 159–178.
8. Cudo A., Kopiś N. (2016), *Konsekwencje korzystania z komputerowych gier akcji – zarys problemu*, W: R. Tabaszewski, K. Sawicki, A. Błachut (red.), *Przestrzenie badawcze młodych naukowców. Inspiracje - Innowacje - Wdrożenia*. Wydawnictwo KUL, Lublin, s. 39–52.
9. American Psychiatric Association. (2013), *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-5®)*. American Psychiatric Pub..
10. Ekşi F. (2012), *Examination of narcissistic personality traits' predicting level of internet addiction and cyber bullying through path analysis*. Educational Sciences: Theory & Practice, 12 (3), s. 1694–1706.
11. Forrest C.J., King D.L., Delfabbro P.H. (2016), *The measurement of maladaptive cognitions underlying problematic video-game playing among adults*. Computers in Human Behavior, 55, s. 399–405.
12. Gentile D., Choo H., Liau A., Sim T., Li D., Fung D., Khoo A. (2011), *Pathological video game use among youths: a two-year longitudinal study*. Pediatrics, 127 (2), s. 319–29.
13. Kim E.J., Namkoong K., Ku T., Kim S.J. (2008), *The relationship between online game addiction and aggression, self-control and narcissistic personality traits*. European Psychiatry, 23 (3), s. 212–218.
14. Kim H., Park D. (2015), *Dynamic Scheduling in Grid Environment with the Improvement of Fault Tolerant Level*. Indian Journal of Science and Technology, 8, s. 507–515.
15. King D.L., Haagsma M.C., Delfabbro P.H., Gradisar M., Griffiths M.D. (2013), *Toward a consensus definition of pathological video-gaming: A systematic review of psychometric assessment tools*. Clinical Psychology Review, 33 (3), s. 331–342.
16. Ko C.H., Yen J.Y., Chen C.C., Chen S.H., Yen C.F. (2005), *Proposed diagnostic criteria of Internet addiction for adolescents*. The Journal of Nervous and Mental Disease, 193 (11), s. 728–733.
17. Bobrowski M., Rodzińska-Szary P., Socha M. (2015), *Kondycja polskiej branży gier wideo. Raport 2015*. Krakowski Park Technologiczny, Kraków.
18. Lemmens J.S., Valkenburg P.M., Peter, J. (2011), *Psychosocial causes and consequences of pathological gaming*. Computers in Human Behavior, 27 (1), s. 144–152.
19. Lo S., Wang C., Fang W. (2005). *Physical Interpersonal Relationships and Social Anxiety*. Cyberpsychology & Behavior, 8 (1), s. 15–20.
20. Männikkö N., Billieux J., Kääriäinen M. (2015). *Problematic digital gaming behavior and its relation to the psychological, social and physical health of Finnish adolescents and young adults*. Journal of Behavioral Addictions, 4 (4), s. 281–288.
21. Mehrhoff M., Griffiths M.D. (2010), *Online gaming addiction: the role of sensation seeking, self-control, neuroticism, aggression, state anxiety, and trait anxiety*. Cyberpsychology & Behavior, 13 (3), s. 313–316.
22. Muller K.W., Janikian M., Dreier M., Wolfling K., Beutel M.E., Tzavara C., Richardson C., Tsitsika A. (2015), *Regular gaming behavior and internet gaming disorder in European adolescents: results from a cross-national representative survey of prevalence, predictors, and psychopathological correlates*. European Child and Adolescent Psychiatry, 24 (5), s. 565–574.
23. Park D., Kim H. (2015), *Internet Game Addiction among Middle School Students (Focusing on SNS Addiction Tendencies, Self-Esteem and Interpersonal Relationships)*. Indian Journal of Science and Technology, 8 (25), s. 1–6.
24. Pawłowska B., Dziurzyńska E. (2012), *Relacje w rodzinie a uzależnienie od gier komputerowych u młodzieży Family relationships versus computer games addiction in adolescents*. Current Problem of Psychiatry, 13 (3), s. 196–208.
25. Pilch T. (1995), *Zasady badań pedagogicznych*. ŻAK, Warszawa.
26. Rehbein F., Baier D. (2013), *Family-, media-, and school-related risk factors of video game addiction: A 5-year longitudinal study*. Journal of Media Psychology, 25 (3), s. 118–128.

27. Schwarzer R. (1997), *Poczucie własnej skuteczności w podejmowaniu i kontynuowaniu zachowań zdrowotnych. Dotychczasowe podejścia terapeutyczne i nowy model*, W: I. Heszen-Niejodek, H. Sęk (red.), *Psychologia zdrowia*. PWN, Warszawa, s. 175–205.
28. Siwek S. (2010), *Czynniki społeczne w genezie nieprawidłowego rozwoju człowieka*. Acta Universitatis Lodziensis. Folia Psychologica, 14, s. 165–184.
29. Szpringer M., Horecka-Lewitowicz, A., Czerwiak G., Laurman-Jarząbek E. (2008), *Gry komputerowe a zachowania problemowe młodzieży w wieku 12-13 lat*. Studia Medyczne, 12, s. 35–39.
30. Tejeiro Salguero R., Bersabé Morán R.M. (2002), *Measuring problem video game playing in adolescents*. Addiction, 97 (12), s. 1601–1606.
31. Tejeiro R. (2012), *Risk Factors Associated with the Abuse of Video Games in Adolescents*. Psychology, 3 (4), s. 310–314.
32. Wittek C.T., Finserås T.R., Pallesen S., Mentzoni R.A., Hanss D., Griffiths M.D., Molde H. (2015), *Prevalence and Predictors of Video Game Addiction: A Study Based on a National Representative Sample of Gamers*. International Journal of Mental Health and Addiction, 14, s. 672–686.
33. Wójcik S. (2013), *Gry online – korzystanie i nadużywanie wśród młodzieży. Wyniki badania EU NET ADB*. Dziecko Krzywdzone. Teoria, Badania, Praktyka, 12 (1), s. 24–26.
34. Young K. (2009) *Understanding online gaming addiction and treatment issues for adolescents*. The American Journal of Family Therapy, 37 (5), s. 355-372.